



SLOW GOODS

Bild & Rezept: Nikolas Kerl

Artischocken mit Zitronen-Ricotta

Zubereitungsdauer ca. 30 min
Für 4 Personen

Zutaten

1.5 kg Carciofini (Mini-Artischocken)
500 g Ricotta
2 Bio-Zitronen
Olivenöl
Pfeffer aus der Mühle
Salz



Entdecke dieses und weitere Rezepte im
Culinarium - Der Foodblog von Slow Goods
www.slowgoods.ch/blogs/culinarium



Zubereitung

Artischocken rüsten & mit Zitrone einreiben
Einen Zitronenhälfte bereit legen. Die Carciofini (Mini-Artischocken) grosszügig von den äusseren, harten violetten Blättern befreien um das zarte gelblich-grüne Innere freizulegen. Mit einem Schälmesser den Strunk und die Blattansätze um den Boden herum abschneiden, sofort mit Zitrone einreiben damit sich die Carciofini nicht verfärben. Zum Schluss ca. einen Drittel der Spitze abschneiden, auch hier wieder sofort mit Zitrone einreiben.

Artischocken braten

Eine grosszügige Menge Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Carciofini auf ihre angeschnittenen Spitzen stellen. Bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. leicht braten. Danach die Carciofini von allen Seiten für ca. 10 Min. durchbraten. Darauf achten das die Pfanne nicht zu heiss wird.

Ricotta zubereiten

Den Ricotta in einer Schüssel mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen und den Saft einer kleinen Zitrone hinzugeben. Gut vermengen. Wer es etwas zitroniger haben möchte, kann zusätzlich den Schalenabrieb hinzufügen.

Abschmecken & servieren

Nach dem die Carciofini fertig gebraten sind, mit etwas Salz und Pfeffer würzen und sofort zusammen mit dem Zitronen-Ricotta servieren. Heiss geniessen.